

# 8.9 月食育だより

うるま市立津堅学校調理場	TEL:098-978-2141
食育だより第5号	8.9月の食育目標
栄養士：諸見里美咲	好き嫌いなく食べよう

長い夏休みが終わり、ついに2学期がスタートしますね！夏休みはどんなことをして過ごしましたか？家族と旅行に行ったり海やプールへ泳ぎに行ったり、勉強を頑張った人もいるでしょう。

先生は夏休み期間中に調理場の窓から顔をのぞかせるみなさんが、日に日に日焼けをしている様子を見て充実した夏休みを過ごしているな～と感じていました(^ ^)

さて、2学期は暑い夏から寒い冬に変化する時期です。給食でも好き嫌いせず食べて、季節の変わり目に風邪をひかないように栄養をたっぷり摂りましょう！

## 【☆7月7日は七夕の日☆】

7月7日は七夕の日ということで給食では星の形をした食材を使用して七夕を表現しました。

七夕ちらし寿司ではすし酢から手作りして出来立てのちらし寿司を提供しました！

同じ食材や料理でも形が少し変わるだけで食事の楽しみの幅が広がります。

ぜひ、お家でも切り方や盛り付けなどの工夫を試してみてください！



## 【1学期最後の給食はスイーツブル！】

1学期最後の給食は子どもたちだけでなく職員からも大人気のしあわせスイーツブルでした！

パンの上に塗る生地にはアーモンドの粉末をたっぷり使用しているため、美味しさだけでなく種実類をたくさん摂取することができます。

最後の給食もみんなたくさん食べてくれました。2学期も美味しく安心・安全な給食を提供できるよう頑張ります！



## <コラボレーション予告>

今年は栃木県宇都宮市と友好都市を結んで1周年になります！

そこで10月の給食では宇都宮市の特産物を使用した給食や郷土料理を提供する予定です。どんな料理が出るのか楽しみしていただきたいと思いますね(^ ^)